



Neu im Angebot

# HORMON YOGA mit Jenny

## Hormon-Yoga nach Dinah Rodrigues

Stärkt das hormonelle Gleichgewicht, steigert Energie und Wohlbefinden. Ideal am Vormittag. Mit Elementen aus Hatha Yoga, Pranayama und Entspannung.

geeignet für:

Frauen in hormonellen Umbruchsphasen – Kinderwunsch, PMS, Wechseljahre, Zyklusunregelmäßigkeiten oder Erschöpfung.

nicht geeignet bei:

Schwangerschaft, hormonabhängigen Tumoren, schweren Herz-Kreislauf-Erkrankungen, akuten Entzündungen oder frischen Operationen.

Wann?

ab 2026 | freitags  
von 10:00 bis 11:30 Uhr

Wo?

Familienzentrum Thekla  
Klingenthaler Str. 14,  
04349 Leipzig

Kosten?

10er Karte für 187,00 EUR - 11tes Mal geschenkt

Anmeldung / Fragen an: [jenmue05@hotmail.de](mailto:jenmue05@hotmail.de)